5.073 Polievka ragú
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	14,00	14,00	16,00	16,00	17,00	17,00	20,00	20,00
bravčové pliecko	1,80	1,80	2,00	2,00	2,20	2,20	2,50	2,50
mrkva	1,00	0,80	1,20	0,96	1,50	1,20	1,80	1,44
zeler	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
petržlen	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
kaleráb	0,50	0,40	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80
karfiol čerstvý	1,20	1,02	1,25	1,07	1,30	1,10	1,50	1,27
hrášok sterilizovaný b.n.	0,40	0,40	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50
mlieko	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40
cibuľa	0,30	0,25	0,30	0,25	0,40	0,34	0,40	0,34
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
žĺtok	6	0,12	6	0,12	8	0,16	10	0,20
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11	0,15	0,11
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
muškátový orech			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
čierne korenie celé			0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	11		12		13		15	

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, pokrájané na kocky a dáme variť do slanej vody spolu s očistenou cibuľou a korením. Pridáme umytú, očistenú, na kocky pokrájanú koreňovú zeleninu. Neskôr pridáme hrášok a očistený, umytý na ružice rozobratý karfiol. Múku nasucho opražíme, zalejeme vývarom z mäsa a zeleniny, povaríme a pridáme do polievky. Zjemníme v mlieku rozšľahanými žĺtkami, maslom, dochutíme muškátovým orechom a varíme ešte 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	361	87	5,33	4,4	0,0	5,8	1,2	80,0	1,0	0,205	0,1	0,1	11,1	0,0

B	391	94	5,74	4,7	0,0	6,4	1,3	83,8	1,1	0,239	0,1	0,1	11,4	0,0
C	462	111	6,73	5,3	0,0	8,1	1,7	104,7	1,3	0,301	0,1	0,1	14,6	0,0
D	525	126	7,54	5,9	0,0	9,5	2,0	113,7	1,5	0,356	0,1	0,2	17,4	0,0